

**Üniversite** : İstanbul Kültür Üniversitesi  
**Enstitüsü** : Lisansüstü Eğitim Enstitüsü  
**Bilim Dalı** : Psikoloji  
**Programı** : Endüstri ve Örgüt Psikolojisi  
**Tez Danışmanı** : Doç. Dr. Ayhan Erbay  
**Tez Türü ve Tarihi** : Yüksek Lisans – Haziran 2025

## KISA ÖZET

### BEYAZ YAKA ÇALIŞANLARIN İŞE BAĞLI DUYGUSAL TÜKENMİŞLİKLERİNİN İŞE BAĞLILIKLARINA ETKİSİNDE VAROLUŞSAL PİŞMANLIĞIN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

**Damla Şevval Zade**

Bu araştırma beyaz yaka çalışanlarının işe bağlılık düzeylerini inceleyerek çalışanların işe bağlılıklarında duygusal tükenmişliğin etkisinin olup olmayacağını ve bu etkide varoluşsal pişmanlığın aracı rolü olup olmadığı sorusuna yanıt aramak amacı ile gerçekleştirilmiştir.

Aynı zamanda beyaz yakalı çalışanların, işe bağlılıkları, işe bağlı duygusal tükenmişlikleri ve varoluşsal pişmanlık düzeylerinin bazı demografik değişkenlere (yaş, cinsiyet, medeni durum, kıdem, eğitim durumu, psikolojik destek alıp almama) göre farklılaşıp farklılaşmadığının ortaya konulması da amaçlanmaktadır.

Araştırmanın bulguları, son zamanlarda beyaz yakalılarla yapılan çalışmalara yönelik farklı bir bakış açısı getirmeyi hedeflemekle birlikte bu alanda çalışan uzmanlara ve araştırmacılara da bilgi sağlamayı amaçlamaktadır.

Araştırmanın evreni, Türkiye’de yaşayan beyaz yakalı olarak çalışan bireylerden oluşmakta, örneklem ise bu evrenden çevrimiçi katılan toplam 471 beyaz yakalı katılımcıdan oluşmaktadır.

Araştırma betimsel ilişkisel tarama yöntemi ile anket araştırması metodu kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Veriler SPSS programında analiz edilmiş olup araştırmada verileri toplamak için demografik bilgi formu, “Utrecht İşe Bağlılık Ölçeği,” “İşe Bağlı Duygusal Tükenmişlik Ölçeği” ve “Çok Boyutlu Varoluşsal Pişmanlık Ölçeği” kullanılmıştır.

Regresyon analizleri sonucunda işe bağlı duygusal tükenmişliğin işe bağlılık üzerinde etkisinde varoluşsal pişmanlığın kısmi bir aracılık etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada işe bağlılık, işe bağlı duygusal tükenmişlik ve varoluşsal pişmanlık puanları arasındaki ilişkiye de bakılmış olup yapılan korelasyon analizleri sonucunda işe bağlılık ile işe bağlı duygusal tükenmişlik arasında negatif yönlü orta düzeyde, işe bağlılık ile varoluşsal pişmanlık arasında negatif yönlü orta düzeyde, işe bağlı duygusal tükenmişlik ile varoluşsal pişmanlık arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir korelasyon bulunmuştur.

Beyaz yakalı olarak çalışan bireylerin işe bağlılık, işe bağlı duygusal tükenmişlik ve varoluşsal pişmanlık düzeylerinin demografik değişkenlere göre farklılaşıp farklılaşmadığı da incelenmiş, çalışmanın sonuç ve tartışma bölümünde detaylıca ele alınmıştır.

**Anahtar Kelimeler** : Varoluşsal Pişmanlık, İşe Bağlılık, Tükenmişlik, Beyaz Yakalı Çalışan

**Bilim Dalı Sayısal Kodu** :

**University** : Istanbul Kültür University  
**Institute** : Institute of Graduate Studies  
**Department** : Department of Psychology  
**Programme** : Industrial and Organizational Psychology  
**Supervisor** : Doç. Dr. Ayhan Erbay  
**Degree Awarded and Date** : MA – Haziran 2025

## **ABSTRACT**

### **RESEARCH OF MEDIATING ROLE OF EXISTENTIAL REGRET IN THE EFFECT OF WHITE-COLLAR EMPLOYEES' WORK- RELATED EMOTIONAL EXHAUSTION ON THEIR WORK COMMITMENT**

**Damla Şevval Zade**

This study was conducted to investigate the effect of emotional exhaustion on white-collar workers' job commitment and to determine whether existential regret plays a mediating role in this effect.

Additionally, the study aims to determine whether white-collar workers' job commitment, emotional exhaustion, and existential regret levels vary according to certain demographic variables (age, gender, marital status, seniority, educational status, and receipt of psychological support).

The findings of the study aim to provide a different perspective on recent studies on white-collar workers and to provide information to experts and researchers working in this field.

The universe of the study consists of individuals working as white-collar workers in Turkey, and the sample consists of a total of 471 white-collar participants who participated online from this universe.

The research was conducted using a descriptive correlational survey method and a questionnaire survey method. The data were analysed using SPSS, and a demographic information form, the Utrecht Job Commitment Scale, the Job-Related Emotional Exhaustion Scale, and the Multidimensional Existential Regret Scale were used to collect data for the research.

Regression analyses revealed that existential regret partially mediates the effect of job-related emotional exhaustion on job commitment.

The study also examined the relationship between job commitment, job-related emotional exhaustion, and existential regret scores. Correlation analyses revealed a negative, moderate correlation between job commitment and job-related emotional exhaustion, a negative, moderate correlation between job commitment and existential regret, and emotional exhaustion related to work and existential regret.

The study also examined whether the levels of commitment to work, emotional exhaustion related to work, and existential regret of white-collar workers differed according to demographic variables, and the results and discussion section of the study addressed this issue in detail.

**Key Words** : Existential Regret, Commitment To Work, Burnout, White-Collar Employees

**Science Code** :